

Mein Körper gehört mir – ein interaktives Präventionsprogramm der „theaterpädagogischen werkstatt (tpw)“ zu Gast in der Regenbogenschule

Das Theater- und Präventionsprogramm „**Mein Körper gehört mir!**“ – wieder finanziert durch den Verein „**Menschen gegen Kindesmissbrauch e. V.**“ – war an drei Terminen im Januar 2026 für die 3. und 4. Klassen in der Regenbogenschule zu Gast.

„Mein Körper gehört mir!“ ist ein bundesweit erfolgreiches Programm der theaterpädagogischen werkstatt (tpw), welches das Ziel hat, Kinder in der Wahrnehmung ihrer Gefühle und in dem Vertrauen zu sich selbst zu stärken, um sie besser vor sexualisierter Gewalt zu schützen.

Die Kinder wurden im Sachkundeunterricht intensiv auf dieses Theaterstück vorbereitet.

Die dargebotenen Spielszenen sind an den Lebensalltag der Kinder angelehnt und dadurch für sie gut nachvollziehbar. Das Stück ist so konzipiert, dass die Schauspieler Szenen spielen und anschließend gemeinsam mit den Schüler:innen über das Dargestellte gesprochen wird. Da sind Fragen, Kommentare und Beispiele ausdrücklich erwünscht.

Die Schüler:innen der Jahrgänge 3 und 4 waren an diesen 3 Tagen aktiv dabei und konnten viele wichtige Erkenntnisse für sich, für den Umgang mit ihrem Körper und für ihr Sicherheitsgefühl bei unangenehmen Gefühlen gewinnen.

Sie erlebten, wie wichtig ihre eigenen Gefühle und Wahrnehmungen sind und erfuhren, wo sie Hilfe bekommen, wenn sie welche benötigen.

Hilfreich waren die drei Fragen, die sich jedes Kind bei unangenehmen Situationen im zwischenmenschlichen Bereich stellen soll:

1. Habe ich ein Ja- oder Nein-Gefühl?
2. Weiß eine vertraute Person, wo ich bin?
3. Bekomme ich Hilfe, wenn ich welche brauche?

Zudem lernten sie die „Nummer gegen Kummer“ des Kinder- und Jugendtelefons (116 111) kennen, die sie von Montag - Samstag zwischen 14.00 Uhr - 20.00 Uhr anrufen dürfen. Jedes Kind erhielt eine Visitenkarte mit dieser Telefon-Nummer.

Alle Theaterszenen führten zu einem erfolgreichen Abschluss und vermittelten dadurch die Zuversicht, dass jede/r selbst Einfluss darauf hat, dass das schlechte Gefühl einem guten Gefühl weichen und somit sexualisierte Gewalt verhindert oder beendet werden kann.

Ein großes ‚Dankeschön‘ an den Verein „Menschen gegen Kindesmissbrauch e. V.“, der seit vielen Jahren dieses tolle und wichtige Projekt durch seine finanzielle Unterstützung überhaupt erst möglich macht !